

Contents

- 3 SPECIAL INTERVIEW
東京大学医学部付属病院 女性診療科・産科、
女性アスリート健康支援委員会理事
能瀬さやか氏 [後編]
聞き手◎有賀 雅史
- 6 日本トレーニング指導学会 第7回大会への誘い
**日々の「トレーニング指導」を
発表してみませんか?**
- 10 新連載
Velocity Based Training(VBT)の理論と実際 第2回
なぜ今、VBTか? その①
長谷川 裕
- 14 健康・フィットネス・スポーツのための栄養学 第21回
成長期の スポーツと栄養 その②
杉浦 克己
- 17 From Sports Media 第45回
「終身会長」
武智 幸徳
- 18 現場に活かす! 筋力トレーニングの実技指導 第9回
ダンベルプルオーバー
有賀 誠司
- 22 ストレッチングの種類と適応
**スタティックストレッチングが
パフォーマンスに及ぼす
負の影響について**
佐野村 学
- 26 トレーニング指導者に必要な摂食障害の知識 第12回
我が国の摂食障害への医療体制の今
石川俊男
- 29 JATI アスリートインタビュー
**ウルトラランナー高田由基がアドバイス
ウルトラマラソンの魅力と
極限状態の心技体を支える
綿密なマネジメント力**
- 34 エビデンスに基づく腰痛予防を考慮した
腰部のトレーニング 第4回
カールアップ・エクササイズガイド
小山 貴之
- 37 トレーニング指導者のための最新スポーツ科学
骨格はいつまで発達するのか
飯塚哲司
- 38 大阪体育大学大学院 スポーツ医科学研究室から
**科学的知見を現場に
活用するための思考法**
下河内 洋平
- 42 運動指導者として深化し続けるために 第5回
組織のレジリエンシーと運動の多様性
谷 佳織
- 46 足関節捻挫とその予防法について考える 第4回
**足関節ブレースやテーピングが
跳躍着地に及ぼす影響について**
- 慢性足関節不安定症を有する被験者を対象に -
篠原純司
- 49 スポルテック2018
JATI関連シンポジウム REVIEW
- 52 競技力向上のメンタルトレーニング 第33回
アジアのメンタルトレーニング事情 その①
- アジア南太平洋地区スポーツ心理学会より -
高妻 容一
- 54 ジュニア世代へのトレーニング指導 第45回
神経系の発達について
三島 隆章
- 57 GTK現場で使える機能解剖学 第19回
ハムストリングスのはなし その② 肉離れ
大山 卞 圭悟
- 60 現場で生かす運動生理学 第21回
バレエの生理学 ~筋持久力から考える~
榎木 泰介
内田 早穂
- 64 目指せ、トレーニング指導者の新星! 第21回
学内調査隊
**日本工学院
MFC(メディカルフィットセンター)5Sフィットネスチーム**
- 66 専門誌編集部から
**疲労の実体を知ること
健康対策が変わる①**
河辺 雄治



日本トレーニング指導者協会は
健康日本21推進全国連絡協議会の会員です

- 67 専門誌編集部から
筒井健裕さん
**「トレーニング指導に事業として
取り組み、スポーツを楽しむ街に」**
浅野 将志
- 68 専門誌編集部から
コミュニティの本質を追究しよう
古屋 武範
- 69 専門誌編集部から
**フィットネス業界も、新産業革命
「シフト」「メルト」「ティルト」**
岩井 智子
- 70 トレーニング指導者に必要なビジネススキル 第21回
個として自立するための考え方 その③
遠藤 一佳
- 71 JATI賛助会員レポート Vol.38
株式会社ユーフォリア
- 72 上級トレーニング指導者インタビュー Vol.42
渡部優一
- 73 ニッポン全国 JATI養成校・養成機関訪問
了徳寺大学
- 74 **専修学校 熊本YMCA学院**
- 75 **静岡医療学園専門学校**
- 76 口座振替WEB登録
- 78 JATI継続単位付与問題
- 80 JATI資格継続単位
- 82 8支部リレーセミナー
スーパー猛暑の熱中症対策を振り返る
伊礼健太郎
- 83 8支部だより
- 84 JATI養成校・養成機関一覧+編集後記
- 86 JATI継続単位対象セミナー&2018年度年間予定

オフィシャルスポンサー 株式会社 明治

JATI賛助会員一覧

株式会社R-body project/株式会社ウエサカ ティー・イー/エスアンドシー株式会社/株式会社MTG/株式会社LPN/株式会社キットクルー/協和チャック工業株式会社/有限会社クラブクリエイト/株式会社クラブビジネスジャパン/株式会社ザオバ/株式会社サンクト・ジャパン/一般社団法人ジャパン・アスレティック・トレーナーズ機構/ジャパンライム株式会社/ジョンソンヘルステックジャパン株式会社/株式会社THINKフィットネス/一般社団法人スポーツパフォーマンス分析協会/セノー株式会社/株式会社ダーウィン/株式会社大修館書店/Titleist Performance Insutitute/TRX Training Japan株式会社/西川産業株式会社/株式会社ニシ・スポーツ/株式会社パフォームベタージャパン/有限会社フィットネスアポロ社/株式会社ブラボーグループ/株式会社プロアバンセ/株式会社プロティア・ジャパン/ミューラー・ジャパン株式会社/株式会社ユーフォリア/ライブ・フィットネス・ジャパン株式会社/有限会社ラウンドフラット

(2018年8月現在) 32社 五十音順

特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会

【参与】

伊坂忠夫(立命館大学教授)
石井直方(東京大学教授)
井上 力(井上整形外科院長)
魚住廣信(元平成スポーツトレーナー専門学校校長)
小澤治夫(静岡産業大学教授)
川原 貴(前国立スポーツ科学センター センター長、日本臨床スポーツ医学会理事長)
桜井伸二(中京大学教授)
鹿倉二郎(順天堂大学客員教授)
杉浦克己(ザバス スポーツ&ニュートリション・ラボ顧問、立教大学教授)
関口 脩(日本体育大学名誉教授)
田口素子(早稲田大学教授)
平野裕一(法政大学教授)
福林 徹(有明医療大学特任教授)
山本利春(国際武道大学教授)
湯浅景元(元中京大学教授)

五十音順

【理事長】

長谷川裕(龍谷大学教授)

【副理事長】

有賀雅史(帝京科学大学教授)
有賀誠司(東海大学教授)

【理事】

菅野昌明(愛知学院大学ラグビー部コンディショニング・ディレクター)
油谷浩之(関西学院大学アメリカンフットボール部ストレングスコーチ)
久村 浩(合同会社ベストパフォーマンス代表)
田村尚之(国立スポーツ科学センター主幹専門職)
小川恭二(ステージコーチ代表)

【監事】

山内 武(大阪学院大学教授)
福守研二(大福企画主宰)

発行 特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会
広報・企画委員会

委員長 有賀雅史 委員 久保田潤 吉田裕和
ライター 下川 祐 デザイン Design OZ

〒106-0041 東京都港区麻布台3-5-5-907
TEL : 03-6277-7712 FAX : 03-6277-7713
e-mail : info@jati.jp http://www.jati.jp/

2018年8月(第66号) 定価2,000円+税